

2025 YILI EKİM AYI YEMEK LİSTESİ

	TARİH	ÖĞLE - AKŞAM			(kcal)	
1	ÇARŞAMBA	TAVUK SOTE	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	904	
2	PERŞEMBE	KURU FASULYE	PİRİNÇ PİLAVI	SALATA	989	
3	CUMA	KAYSERİ TAVA	SPAGETTİ MAKARNA	AYRAN	784	
4	CUMARTESİ	SİNİ KÖFTE	YAYLA ÇORBA	MEYVE	913	
5	PAZAR	KABAK MUSAKKA	YEŞİL MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	800	
6	PAZARTESİ	ŞEHRİYELİ GÜVEÇ	MERCİMEK ÇORBA	SALATA	703	
7	SALI	SEBZELİ FIRIN TAVUK	ERİŞTE PİLAVI	YOĞURT	968	
8	ÇARŞAMBA	JÜLYEN KEBAP	MEYHANE PİLAVI	CACIK	841	
9	PERŞEMBE	SEBZELİ MİSKET KÖFTE	MAKARNA (YOĞURTLU)	MEYVE	971	
10	CUMA	PATLICAN PARMAK KEBAB	MERC. BULGUR PİLAVI	YOĞURT	732	
11	CUMARTESİ	PİLİÇ ROTİ	PİRİNÇ PİLAVI	SALATA	923	
12	PAZAR	ET SOTE	MEYHANE PİLAVI	CACIK	824	
13	PAZARTESİ	İNEGÖL KÖFTE PİYAZ	YAYLA ÇORBA	MEYVE	752	
14	SALI	FIRIN TAVUK	ŞEHRİYE ÇORBA	YOĞURT	991	
15	ÇARŞAMBA	ÇOBAN KAVURMA	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	SALATA	841	
16	PERŞEMBE	ETLİ NOHUT YAHNİ	BULGUR PİLAVI	YOĞURT	939	
17	CUMA	TAVUK SOTE	PİRİNÇ PİLAVI	AYRAN	931	
18	CUMARTESİ	İZMİR KÖFTE	SPAGETTİ MAKARA	SALATA	923	
19	PAZAR	ETLİ TAZE FASULYE	BULGUR PİLAVI	YOĞURT	665	
20	PAZARTESİ	TERBİYELİ KÖFTE	FIRIN MAKARNA	MEYVE	1016	
21	SALI	MACAR GULŞ	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	886	
22	ÇARŞAMBA	ETLİ PATATES TAVA	DÖVME ÇORBA	SALATA	691	
23	PERŞEMBE	FIRIN TAVUK	ŞEHRİYE ÇORBA	BAKLAVA	971	
24	CUMA	ŞEHRİYE GÜVEÇ	MERCİMEK ÇORBA	SALATA	703	
25	CUMARTESİ	TAS KEBABI	PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	950	
26	PAZAR	KABAK MUSAKKA	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	784	

27	PAZARTESİ	İZMR KÖFTE	SPAGETTİ MAKARNA	MEYVE	989	
28	SALI	PİLİÇ ROTİ	ŞEHRİYELİ ÇORBA	SALATA /ÇİĞ KÖFTE	909	
29	ÇARŞAMBA	ÇERKEZ KAVURMA	BULGUR PİLAVI	CACIK	842	
30	PERŞEMBE	BALIK/ SALATA	MERCİMEK ÇORBA	TAHİN HELVA	991	
31	CUMA	PAPAZ YAHNİ	MEYHANE PİLAVI	SALATA	756	